



Gente verdadera.

Estoy lista para todo — hasta para la gripe.

“Como madre, mantener a mi familia saludable y a salvo es mi mayor prioridad. Cuando estamos en la calle, haciendo diligencias o vamos para un juego y no tenemos ni agua ni jabón, nos limpiamos las manos y la cara con una solución a base de alcohol, para ayudar a evitar contagiarnos con gérmenes”.

Puede ayudar a reducir la transmisión de la gripe si:

- Evita acercarse mucho a personas enfermas.
- Mantiene una loción para limpiar las manos a base de alcohol en su cartera, carro y mochila para usarla cuando no tenga a mano ni agua ni jabón.
- Se tapa la boca y la nariz con una toallita de papel cuando tosa o estornude y tírela inmediatamente después de usarla.

Usted puede ayudar a proteger a su familia contra la gripe.

Soluciones verdaderas.

Visite www.cdc.gov/flu/

Llame al 800-CDC-INFO; TTY: 800-243-7889

La mejor protección contra la gripe es vacunarse en la medida de lo posible.

